

TAKA PÍNU-TABLETT ANNAN-HVÖNN DAG



Töl hjá danska apotekarafelagnum vísa, at danir taka í meðal 175 pínutablettir um árið ella eina annan hvønn dag. Á Statens Institut for Folkesundhed siga tey, at fólk, sum eru strongd, brúka fleiri pínutablettir, og at nógv 25 til 44 ára gomul taka pínutablettir sum fyrirbyggjandi fyri at sleppa undan av fáa høvuðpínu ella magapínu.

At doyva trupulleikarnar í gerandisdegnum við pínutablettum lekir ikki orsøkina til eitt nú høvuðpínu. Peter la Cour, lektari á Syddansk Universitet, sigur við blaðið Information, at høvuðpínutablettir viðgera ikki orsøkina til, at fólk hava ilt í hvdinum. – Men kunnu tablettirnar doyva pínuna, velja vit ta loysnina, tí vit vilja ikki góðtaka, at vit hava ilt, sigur hann.

MATVØRUR OG ORKA DÝRKA



Hóast tíðirnar ikki eru, sum tær onkuntíð hava verið, er framvegis prisvøkstur í samfelagnum.

Hagstova Føroya hevur gjørt upp, at annan ársfjórðing í ár vóru brúkaraprísir 2,2 prosent hægri enn sama tíðarskeið í fjør.

Tað eru orka og matvørur, sum fáa brúkaraprísirnar at hækka.

Prísirnar á orku eru hækkaðir mest. Hesin prisvøkstur kemur bæði frá príshækkingum uttanífrá og frá avgjaldshækkingunum á diesel og øðrum oljuúrdráttum. Harumframt er prísurin á ravmagni farin munandi upp.

Brennilijan til húsarhald er farin 16,1 prosent upp og ravmagn 11 prosent. Og prísirnar á brennievni til akfór eru hækkaðir 17,5 prosent.

Prísirnar í flestu matvørubólkum eru farnir upp seinasta árið, og samanlagt eru matvørur dýrkaðar 2,3 prosent.

Mesta prislækking hevur verið í nýtslubólkinum Samskipti.

Góð ráð til brúdleyp

Hetta er háárstíð fyri brúdleyp, men skalt tú í brúdleyp í summar, mást tú eisini ansa eftir, hvussu tú uppførir teg. Danski brúdleypsyriskiparin Signe Marie Jeppsen hevur gjørt eina vegleiðing um, hvat fólk skulu ansa eftir í sambandi við brúdleypsveitslur. Tað hevur hon gjørt fyri heimasíðuna alive.dk

Her eru so nøkur ráð um, hvat fólk skulu minnst til at gera ella ikki gera í einum brúdleypi

Ikki hvítt og svart

Brúðurin skal hava loyvi at strála í sínum egna brúdleypi, og tí skalt tú royna at sleppa undan at fara í hvítt og svart. Fert tú í ein svartan kjóla so sendir tú tekin um, at tú ert forelskað í brúðgominum – og ert tú vermóðir, so merkir ein svartur kjóli, at tær ikki dámar giftarmálið.

Tú mást ikki verða finari

Brúðarparið skal verða finari enn øll hini í brúdleypinum. Tí mugu menn ikki fara í smoking, og kvinnurnar mugu ansa eftir stórslignum kjólum. Men hinvegin mugu fólk heldur ikki mæta í brúdleyp í gerandisklæðum. Tað er ein veitsla, og tað skulu gestirnir virða.

300 krónur eru ikki nóg mikið

Er talan um eitt stórt brúdleyp, har nógv verður gjørt burtúr, er tað ikki nóg mikið at lata eina gávu á 300 krónur – heldur ikki, um tú ert við í felagsgávu. Ein ábending um, hvat gávan skal kosta, er prísurin fyri kuvertin. Ofta er hann hægri enn 300 krónur.

Ansa eftir kossum

Tað er traditið, at menn ella kvinnur kunnu kyssa ávíkavist brúðrina ella

brúðgomin, um annar er farin út úr veitsluhølinum. Tað er tó ópassandi at fara í køini, um mann ikki kennir brúðrina ella brúðgomin væl.

Innsløg eru ikki altíð góð

Tað er einki krav ella nøkur sjálvfylgja, at tú skalt halda talu. Tað verður roknað við, at pápar, systkin, nærmastu vinfélkini og góðir starvsfelagar halda røðu. Tú skalt umhugsa, um tú veruliga hevur nakað at siga til brúðarparið. Tað er sjáldan eitt gott hugskot at halda eina spontana røðu í einum brúdleypi.

Vís virðing

Um brúðarparið ikki hevur hug at verða við í spølum, so mást tú virða tað. Hetta er teirra kvöld, og hava tey ikki hug at verða við í festligum spølum, skulu tey sleppa undan.

Tú mást ikki verða fullur

Hóast nógv brúdleyp eru veruligar veitslur við brennivíni, víni og øli, so eigur tú í grundini ikki at verða fullur. Í øllum førum skulu fólk ikki verða drukkin fyrr enn eftir brúðarvalsín. Um

tað ikki verður skott brennivín, men bert øl og vín í brúdleypinum, so er tað eitt tekin frá brúðarparinum um, at tey ynskja ikki eina apufest.

Ikki mussast

Hóast tú ert stakur ella støk og fært eitt gott eygað á onkran av hinum gestunum til brúdleypið, mást tú ikki flirta ov nógv ella mussast við nakran. Verður veitslan lívlig út á náttina, er eitt sindur meira loyvt.

Brúðarparið avger nær veitslan endar

Fyrstøðufókið til brúdleypið kemur við boðum frá brúðarparinum – eisini um nær veitslan fær ein natúrligan enda. Og tá ið brúðarparið leggur upp til, at veitslan er liðug, skulu fólk virða tað.



Fíggjarkreppan elvdi til fleiri sjálvmorð

Tað viðurkenda læknatíðarritið The Lancet skrivar, at altjóða fíggjarkreppan hevur elvt til fleiri sjálvmorð millum fólk í arbeiðsførum aldri.

Niðurstøðan byggir á eina uppgerð yvir sjálvmorð í tíggu evropeiskum londum. Kanningin umfatar londini Eysturriki, Bretland, Finnland, Niðurlond, Írland og Grikkaland,

sum vóru limir í ES undan 2004, og Kekkia, Ungarn, Rumenia og Litava, sum eru komin upp í samveldið aftan á 2004.

Uppgerðin vísir, at í teimum sekst fyrstu londunum vaks talið á sjálvmorðum millum fólk yngri enn 65 ár sjei prosent í 2008 samanborið við 2007. Vøxturin var størstur í

Grikkalandi og Írlandi við ávíkavist 17 og 13 prosentum. The Lancet vísir á, at júst hesi bæði londini finga álvarssamar trupulleikar av fíggjarkeppuni við veksandi útreiðslum, minni lön og arbeiðsloysi.

Í hinum fyra londunum, sum eru komin upp í ES aftan á 2004, vaks talið á sjálvmorðum bara eitt prosent frá

2007 til 2008. Men tá arbeiðsloysið fór at gera um seg har seinni, valdu eisini fleiri har at beina fyri sær.

Tølini hjá The Lancet vísa, at Eysturriki er tað einasta av teimum tíggu kannaðu londunum, sum hevði lutfalsliga færri sjálvmorð í 2009 enn í 2007. Í øllum hinum níggju londunum vaks talið.